

अक़ल का दुशमन



तर्तीब व तालीफ

मुहम्मद अब्दुर्रहीम खान कादरी रज़वी
जमदा शाही ज़िला बस्ती यू पी 272002

खतीब व इमाम जामा मस्जिद दमुआ
ज़िला छिन्दवाड़ा (मध्य प्रदेश) 480555

मोबाइल नम्बर: 7415066579

नाशिर :- खान्काहे रज्जिय्या राम नगर दमुआ
जिला छिन्दवाड़ा (मध्य प्रदेश) 480555

तअदाद अशाअत :- 1000 हजार

लेखक:- **मुहम्मद अब्दुरहीम खान कादरी रजवी**

जमदा शाही जिला बस्ती यू पी 272002

खतीब व इमाम जामा मस्जिद दमुआ

जिला छिन्दवाड़ा (मध्य प्रदेश) 480555

E:mail - khanjamdashahi@gmail.com

www.jamdashahi.blogspot.com

www.issuu.com/abdurrahimkhan

पहले इसे पढ़िए

अकल अजीम नेअमत है। इस के ज़रिए बे शुमार कामाबियां और सआदतें दुनिया व आखिरत में हासिल की जा सकती हैं। वह हमें हर मआमिले में ना काम करना चाहता है। अपनी ज़ात के लिए गुस्सा शैतान का हथियार और इन्सानी अकल का दुश्मन है। इस गुस्से की वजह से बे शुमार एखलाकी और रुहानी बीमारियां जनम लेती हैं। लिहाज़ा ज़रूरी है कि गुस्सा की हकीकत और नुकसानात को समझा जाए इस किताब में गुस्से की हकीकत को वाज़ेह करने के साथ उस को काबू करने का तरीका और इलाज भी अहसन अन्दाज़ में तज्वीज़ किया गया है। इस किताब से फायदा हासिल करने का तरीका यही है कि गुस्सा के बारे में मअलूमात पढ़ने के साथ उस में बयान कर्दा गुस्सा के इलाज पर तवज्जोह दी जाए। उमूमन गुस्सा की मअलूमात तो हमारे ज़ेहन में होती हैं। लेकिन इलाज पर तवज्जोह न होने की वजह से हम एखलाकी और रुहानी बीमारियों से नहीं बच पाते। किताब के हर क़ारी (पढ़ने वाले) से इल्तेजा है कि अव्वल ता आखिर मुतालआ कर के कामिल नफअ उठाईए और अस्बाब व इलाज पर तवज्जोह दीजिए ताकि कल्बी राहत पुर सुकून घरेलू ज़िन्दगी, हुस्ने इख्लाक, अच्छी सेहत और बे शुमार कामाबियां आप का मुकद्दर बन सकें। अल्लाह तआला इस किताब को हम सब के लिए बातिनी व ज़ाहिरी राहतों का सबब बनाए। आमीन बिजाहिन्नबिय्यल अमीन सल्लल्लाहु तआला अलैहि वसल्लम

मुहम्मद अब्दुरहीम खान कादरी रज़वी
जमदा शाही ज़िला बस्ती यू पी 272002
खतीब व इमाम जामा मस्जिद दमुआ
ज़िला छिन्दवाड़ा (मध्य प्रदेश) 480555
मोबाइल नम्बर: 7415066579

अक़ल का दुश्मन

तक्वा अल्लाह तआला की एक अज़ीम नेअमत है और कुर्ब इलाही का बेहतरीन ज़रियह है। चुनान्चे इरशादे बारी तआला है। इन् न अक र म कुम इन्दल्लाहि अत्काकुम (सूरह हजरात)

तर्जमा : बे शक अल्लाह तआला के यहां तुम में ज़्यादा इज़्ज़त वाला वह है जो तुम में ज़्यादा परहेज़गार है (कन्जुल ईमान)

और परहेज़गारों के लिए इरशाद फरमाया :—और जन्नत जिस की चौड़ान में आस्मान और ज़मीन आजायें परहेज़गारों के लिए तय्यार कर रखी है (आले इमरान आयत 133 पारह 4 कन्ज़ल ईमान)

परहेज़ गार मुत्तकी कौन लोग हैं उस की तअरीफ यूं बयान हुई:—

तर्जमा: वह जो अल्लाह की राह में खर्च करते हैं खुशी में और रंज में और गुस्सा पीने वाले और लोगों से दर गुज़र करने वाले और नेक लोग अल्लाह के महबूब हैं। (आले इमरान 133 पारह 4 कन्ज़ुल ईमान)

कुरआन मजीद फुरकाने हमीद से मअलूम हुआ कि गुस्सा पर काबू पाना मुत्तकिय्यों की अलामत है और अल्लाह तआला की मुहब्बत का ज़रियह है आईए गुस्से के बारे में मजीद जान ने की सआदत हासिल कीजिए। अल्लाह रब्बुल इज़्ज़त के नेक बन्दे कुरान मजीद फुरकान हमीद पर अमल करने वाले थे जब उन के सामने कुरान पाक की आयात पढ़ी जातीं तो दिली कैफियात पर बहुत ही अच्छा असर होता और उन के तक्वा में मजीद इज़ाफा हो जाता और वह फौरन उस पर अमल के लिए बेताब हो जाते थे।

गुस्से के बदले मेहरबानी :—

एक बुज़रुग अलैहिरहमह का वाकिआ है कि उन का शीर ख़्वार बच्चा घर में बैठा हुआ था और उन की कनीज़ गरम गरम सीख ले कर आ रही थी ग़ल्ती से वह सीख उस के हाथ से छूट कर बच्चे पर गिरी और बच्चे का इन्तेक़ाल हो गया यकीनन यह एक बहुत बड़ा हादेसा था उन को शदीद गुस्सा आया रंज और गुस्से की कैफियात चेहरे पर ज़ाहिर हुई चेहरा सुर्ख हो गया कनीज़ ने फौरन इस आयते करीमा की तिलावत की : वलकाज़िमी नल गै ज़ :

तर्जमा: मुत्तकी परहेज़गार लोग गुस्सा पीने वाले होते हैं। आप का यह सुन्ना था कि फरमाया मैं ने अपने गुस्से को पी लिया फिर उस ने अगली आयते करीमा का हिस्सा तिलावत किया: "वलआफी न अनिन्नासि"

तर्जमा: नेक परहेज़गार लोगों से दर गुज़र करने वाले उन्हें मआफ करने वाले होते हैं। आप ने फरमाया कि मैं ने तेरी ख़ता मुआफ कर दी। उस ने अगला हिस्सा तिलावत कर दिया "वल्लाहु युहिब्बुल मुहसिनीन"(तर्जमा)और अल्लाह एहसान करने वालों को पसन्द फरमाता है आप ने फरमाया जा मैं तुझे अपनी गुलामी से आज़ाद किया।

मोहतरम कारिर्इन किराम! इस आयते करीमा में गुस्सा पीने, लोगों से दर गुज़र करने और एहसान करने का ज़िकर है और ऐसे ही लोगों को मुत्तकी करार दिया गया है और फरमाया जन्नत मुत्तकिय्यों के लिए तय्यार की गई है और इस वाकिए में हम ने पढ़ा कि अल्लाह तआला के नेक बन्दे कुरान पाक को सुनते तो फौरन अमल के लिए तय्यार हो जाते इन्शाअल्लाह हम भी कुरआने पाक पर ज़रूर अमल करेंगे। इस आयते करीमा में गुस्सा पी जाने का हुक्म पहले है और मुआफ करने का ज़िक्र बअद में तो मअलूम हुआ मुआफ वही कर सकता है जो अपने गुस्से को काबू में कर ले।

कुराने मजीद फुरकाने हमीद में इरशाद फरमाया:—

तर्जमा : और बे शक जिस ने सब्र किया और बख़्श दिया तो यह ज़रूर हिम्मत के काम हैं (सूरह शूरा 43 पारह 25,कन्जुलईमान)

इस आयते करीमा पर गौर करें पहले सब्र का ज़िकर फिर मुआफ करने का ज़िकर है सब्र नाम है बरदाश्त करने और गुस्सा पीने का नीज़ इस आयते करीमा से यह मअलूम हुआ गुस्सा पीने वालों और मुआफ करने वालों को कुरान पाक बा हिम्मत करार दे रहा है इस आयते करीमा से उन लोगों को इबरत हासिल करनी चाहिए जो गुस्सा कर के यह समझते हैं कि हम बहादुर हैं और हिम्मत वाले हैं और गुस्सा पीने और मुआफ करने को बुज़्दली करार देते हैं। सोचें ! नबिय्ये करीम सल्लल्लाहु तआला अलैहि वसल्लम से बढ़ कर किस की सोच अच्छी हो सकती है सरकारे दो आलम सल्लल्लाहु तआला अलैहि वसल्लम का जो फेसला है यकीनन यह फेसला दुरुस्त और बेहतरीन है चुनान्चे अल्लाह

रब्बुल इज्जत कुरान मजीद में नबिय्ये करीम सल्लल्लाहु तआला अलैहि वसल्लम के मुतअल्लिक़ फरमाता है:—

वमा यन्तिकु अनिल हवा इन हु व इल्ला वहयुंय्यूहा (सूरह नजम:3.4 पारह27)तर्जमा: और वह कोई बात अपनी ख्वाहिश से नहीं करते वह तो नहीं मगर वही जो उन्हें की जाती है। (कन्जुल ईमान)

नबिय्ये करीम सल्लल्लाहु तआला अलैहि वसल्लम बहादुर किसे करार दे रहे हैं हमें यह गौर करना है। चुनान्चे हदीसे मुबारका गौर से मुलाहिज़ा कीजिए:—

हज़रत अबू हुरैरा रदियल्लाहु तआला अन्हु से मरवी है नबिय्ये करीम सल्लल्लाहु तआला अलैहि वसल्लम ने इरशाद फरमाया वह शख्स बहादुर और पहलवान नहीं जो किसी को ज़मीन पर पछाड़ दे (बल्कि बहादुर वह शख्स है)जब गुस्सा आए तो वह उस पर काबू पाले। (सही बुखारी किताबुल अदब बाब 76)

यअनी अपने आप को बे काबू न होने दे। कि नबिय्ये करीम सल्लल्लाहु तआला अलैहि वसल्लम ने इरशाद फरमाया:—

बहादुरी और मुकम्मल बहादुरी यअनी तीन मरतबा फरमाया बहादुरी और मुकम्मल बहादुरी यह है कि वह शख्स जिसे गुस्सा आए और शदीद गुस्सा आए और उस का चेहरा सुर्ख हो जाए और उस के रोंगटे खड़े हो जायें तो वह उस गुस्सा पर काबू पाले। (मस्नद इमाम अहमद सफा 376 जिल्द 5)

कुराने मजीद फुरकाने हमीद और अहादीसे नबविय्या हमारी रहनुमाई के लिए काफी हैं। गुस्सा पीने वाला,लोगों से दर गुज़र करने वाला,मुआफ़ करने वाला,बुज़दिल नहीं बल्कि बहादुर है,बा हिम्मत है। बा वकार है। बा हौसला है। हां गुस्से में काबू हो जाने बुज़्दिल ही नहीं बल्कि बे हिम्मत है। चुनान्चे गुस्सा पीने वालों की शान में यूं इरशाद हुआ:—

तुम्हें जो कुछ मिला है वह जीती दुनिया में बरतने का है और जो अल्लाह के पास है बेहतर है और ज़्यादा बाकी रहने वाला उन के लिए जो ईमान लाए और अपने रब पर भरोसा करते हैं । और जो बड़े बड़े गुनाहों और बे हयाईयों से बचते हैं और जब गुस्सा आए तो मुआफ़ कर देते हैं।(सूरह शूरा आयत 36,37 पारह 25 कन्जुलईमान)

कुरान मजीद फुरकाने हमीद ईमान वालों,अल्लाह पर भरोसा करने वालों,गुनाहों और बेहयाई के कामों से बचने वालों,गुस्सा पीने वालों और मुआफ करने वालों के लिए जन्नत की अब्दी नेअमतों की खुशखबरी सुना रहा है। नबिय्ये करीम सल्लल्लाहु तआला अलैहि वसल्लम से हज़रत अब्दुल्लाह बिन उमर रदियल्लाहु तआला अन्हुमा ने रिवायत किया कि :-

उन्होंने ने सवाल किया कौन सा ऐसा अमल है जो मुझे अल्लाह की नाराज़ी से बचा ले,फरमाया गुस्सा न किया कर। (मस्नद इमाम अहमद सफा 175जिल्द 2) हज़रत अबू दर्दा रदियल्लाहु अन्हु से रिवायत है कि एक शख्स ने अर्ज की या रसूलल्लाह सल्लल्लाहु तआला अलैहि वसल्लम मुझे ऐसा अमल बताईए जो मुझे जन्नत में ले जाए फरमाया गुस्सा न करे तो तेरे लिए जन्नत है।(अत्तरगीब वत्तरहीब सफा 300 जिल्द 3)

हज़रत अब्दुल्लाह बिन अब्बास रदियल्लाहु तआला अन्हा से रिवायत किया गया कि आप ने इरशाद फरमाया:-

गुस्से के वक़्त बरदाश्त करना और लोगों को बुरे सुलूक पर मुआफ करना जो ऐसा करेगा अल्लाह उन्हें अपने अज़ाब से महफूज़ और उस के दुशमनों को हलाक फरमाएगा (सही बुखारी सफा 175 जिल्द 2)

नबिय्ये करीम सल्लल्लाहु तआला अलैहि वसल्लम ने गुस्सा करने से मना फरमाया तो यकीनन गुस्सा करने के बे शुमार नुक़सानात हैं उन में एक बड़ा नुक़सान यह है कि अगर दुशमनी मौजूद हो तो गुस्सा करने से दुशमनी में इज़ाफा होता है और अगर दुशमनी न हो तो गुस्सा करने से नफरतें पैदा हो जाती हैं और अगर कोई शख्स गुस्से पर काबू करे और बुराई का जवाब अच्छाई से दे तो उस की बरकत से बसा औकात दुशमनियां ख़तम हो जाती हैं।

चुनान्चे कुरान मजीद में इरशाद हुआ है :-

नेकी और बदी बराबर न हो जायेंगी उसे सुनने वाले बुराई को भलाई से टाल, जभी वह कि तुझ में और उस में दुशमनी थी ऐसा हो जायेगा जैसा कि गहरा दोस्त। (हामीम सज्दा आयत 34 पारह 24 कन्जुलईमान)

गुस्सा पीने और गुस्से को काबू रखने की बेशुमार बरकतों में से तीन बरकतें एक हदीसे पाक में बयान की गई हज़रत अब्दुल्लाह बिन अब्बास रदियल्लाहु तआला अन्हा से रिवायत है कि नबिय्ये करीम सल्लल्लाहु तआला अलैहि वसल्लम ने

फरमाया ।

तीन चीजें जिस में होंगी अल्लाह तआला उसे अपनी हिफाज़त में रखेगा और अपनी रहमत से उस की पर्दा पोशी फरमाकर अपनी मुहब्बत में दाखिल फरमाएगा । एक वह जिस पर कोई एहसान करे तो शुकरिया अदा करे । दूसरा वह जब उस पर जुल्म हो बदले की कुदरत (ताक़त) के बावजूद मुआफ़ कर दे । तीसरा वह जो गुस्सा में आए तो खामोश हो जाए । (अत्तरगीब वत्तरहीब सफ़ा 203 जिल्द 3)

हज़रत अबू हु़रैरा रदियल्लाहु तआला से रिवायत है :—

बे शक़ एक शख़्स ने नबिय्ये करीम सल्लल्लाहु तआला अलैहि वसल्लम से अर्ज़ की कि मुझे नसीहत फरमाईए हुज़ूर सल्लल्लाहु तआला अलैहि वसल्लम ने इरशाद फरमाया तू गुस्सा न किया कर । फरमाया उस ने बार बार यह सवाल किया कि मुझे नसीहत कीजिए: “का ल ला तग़ज़ब” बार बार आप सल्लल्लाहु तआला अलैहि वसल्लम ने यही इरशाद फरमाया कि तू गुस्सा न किया कर । (सही बुखारी किताबुल अदब बाबुल हज़्र वल ग़ज़ब)

देसरी रिवायत में रावी का यह कौल बयान किया गया ।

जब नबिय्ये करीम सल्लल्लाहु तआला अलैहि वसल्लम ने बार बार यह फरमाया कि तू गुस्सा न कर तो मैं ने ग़ौर किया तो मैं इस नतीजे पर पहुँचा कि गुस्सा करना तमाम बुराईयों की जड़ है । (मस्नद इमाम अहमद सफ़ा 373 जिल्द 5)

हज़रत इमाम ग़ज़ाली अलैहिर्रहमह, हज़रत इमाम जअफ़र बिन मुहम्मद अलैहिर्रहमह से रिवायत करते हैं कि आप ने फरमाया गुस्सा हर बुराई की कुन्जी (चाभी) है । बअज़ रिवायत के मुताबिक़ गुस्सा ईमान को बर्बाद कर देता जैसे एलवा शहद को ।

गुस्से के चन्द हलाकत खेज़ नुक्सानात

1. गुस्से की हालत में कभी ज़बान से ऐसा कलमा निकल सकता है जो ईमान का बर्बाद कर दे।
याद रखिए ! अगर कलमए कुफर ज़बान से निकल जाए तो वह शख्स चाहे तहज्जुद गुज़ार उस की सारी नेकियां बर्बाद हो जाती हैं जब तक तौबा कर के ईमान न लाए तो काफिर रहेगा अगर इसी हालत में मर गया तो हमेशा हमेशा जहन्नम में जलता रहेगा।
 2. गुस्से की हालत में बसा औकात ज़बान से तिलाक जारी हो जाती है और यह मरअला हम जानते ही हैं कि गुस्से में तिलाक देने तिलाक हो जाती है।
 3. गुस्से की वजह से मार धाड़ क़तल व ग़ारत गरी के वाकिआत रु नुमा होते हैं।
 4. वालिदैन की दिल आज़ारी यहां तक कि गुस्से के आलम में वह अपने वालिदैन को ऐसा नाराज़ कर देता है कि उन के दिल से बद दुआ निकल जाती है और औलाद की दुनिया और आखिरत में दोनों बर्बाद हो जाती है।
 5. गुस्से के आलम में इन्सान अपने घरेलू सुकून को तबाह व बर्बाद कर देता है।
 6. गुस्से के आलम में इन्सान अजीब व ग़रीब हरकतें करता है कि अक़ल और ज़बान उस के काबू में नहीं रहती तो वह लोगों की निगाह में गिर जाता है, इज़्ज़त से महरुम होजाता है।
 7. गुस्से की वजह से अ़दावतें दुश्मनियां पैदा होती हैं यहां तक कि वह क़रीबी साथियों से महरुम हो जाता है।
- उपर गुज़री हुई हदीसे पाक पर गौर कीजिए नबिय्ये करीम सल्लल्लाहु तआला अलैहि वसल्लम ने फरमाया कि गुस्से से बचो और रावी फरमाते हैं कि गुस्से से बचने का हुक्म इस लिए दिया कि गुस्सा तमाम बुराईयों की जड़ है।

क्या गुस्सा हर हाल में हराम है ?

यहां एक ग़लत फहमी का इज़ाला होना ज़रूरी है कोई यह न समझे कि गुस्सा हर हाल में हराम है बअज़ सूरतों में गुस्से का इज़हार करना जब शरीअत के दायरे में हो वह न सिर्फ़ जाइज़ है बल्कि बसा औकात उस का इज़हार वाजिब और ज़रूरी होता है मसलन जब लोग शरीअत की ना फरमानी करें तो उस पर नाराज़ी का इज़हार करना ज़रूरी है जैसा कि हज़रत मूसा अलैहिस्सलाम का तर्ज अमल हम देख सकते हैं कि जब आप अलैहिस्सलाम कोहे तूर पर मुअतकिफ हुए तो पीछे कौम बछड़े की पूजा में मशगूल हो गई चुनान्चे जब आप वापस आए तो उन्हें शिरकिया हरकतें करते देख कर इन्तेहाई जलाल और गुस्से की हालत में आगए उन की इस कैफियत को कुरान मजीद न इस बयान फरमाया:—“वलम्मा र ज अ मूसा इला कौमिही गदबा न असिफा 0”

(सूरह अअराफ आयत 150 पारह 9) तर्जमा: और जब मूसा (अलैहिस्सलाम) अपनी कौम की तरफ पलटे हालते गुस्से में अफसोस करते हुए।

स्य्यदा आईशा सिद्दीका रदियल्लाहु तअाला अन्हा फरमाती हैं कि मैं ने ऐसा कभी नहीं देखा कि हुजूर सल्लल्लाहु तअाला अलैहि वसल्लम ने अपनी ज़ात के लिए किसी पर गुस्सा किया हो लेकिन जब कोई शख्स अल्लाह की नाफरमानी करता तो हुजूर सल्लल्लाहु तअाला अलैहि वसल्लम उस से बहुत नाराज़ होते थे अल्लाह तअाला ने नबिय्ये करीम सल्लल्लाहु तअाला अलैहि वसल्लम को हुक्म फरमाया चुनान्चे कुरान मजीद फुरकाने हमीद में इरशाद है।

“या अय्युहन्नबिय्यु जाहिदिलकुफ़फा र वल मुनाफिकी न वग़्लुज़ अलैहिम ”
(सूरह तहरीम 9: पारह 29) तर्जमा: ऐ ग़ैब बताने वाले (नबी) काफिरों और मुनाफिकों पर जिहाद करो उन पर सख़्ती फरमाओ (कन्ज़ुलईमान)

मअलूम हुआ कि गुस्सा फी नफिसही बुरा नहीं है वह गुस्सा बुरा है कि जो ज़ाती मफाद (फायदे) के लिए हो जिस में इन्सान बे काबू हो जाए और शरीअत के खिलाफ़ इक्दामात (क़दम) उठाए। इस पूरी तहरीर में जहां भी गुस्से की मज़म्मत (बुराई) है तो उस से मुराद नाजाईज़ गुस्से का इज़हार करना है लेकिन आज हमारा हाल क्या है जहां हमें गुस्से और नाराज़ी का इज़हार करना चाहिए वहां हमारी पेशानी पर बल नहीं आते अगर हमारा बच्चा नमाज़ क़ज़ा

कर दे और झूठ बोले तो गुस्सा नहीं आता और दुनिया की खातिर सिर्फ नमक कुछ कम या ज़्यादा हो जाये तो गुस्से से लाल पीले हो जाते हैं। जब हम समझ गए कि गुस्से का नाजाईज़ इज़हार इन्सान को दुनिया और आखिरत में तबाह व बर्बाद कर देता है तो यह बात बिल्कुल वाज़ेह हो गई कि गुस्से को बिल्कुल खतम करना मक़सूद नहीं बल्कि काबू में रखना मक़सूद है और गुस्से को शरीअत का ताबेअ बनाना मक़सद है, जैसे आग, कि आग को खतम करना मक़सूद नहीं बल्कि आग के फवायद भी हैं आग से रोशनी हासिल की जाती है, गर्मी हासिल की जाती है, आग बहुत सारी चीज़ों के पकाने में काम आती है लेकिन असल मक़सद है उस आग को काबू करना है और अगर यह आग बे काबू हो जाए तो फिर यह पूरे मकान को, दूकान को, गोदाम को जला देती है यही गुस्से का है तो इन तमाम बातों से मअलूम हुआ नाजाईज़ गुस्से का काबू। बहुत ज़रूरी है तो यह बात वाज़ेह हुई कि जिस तरह गुस्सा का इज़हार करना नाजाईज़ है अगर हम इसे काबू में न रखें तो यह आग की तरह हमें और हमारे इर्द गिर्द का जलादेगा इसे काबू में रखने के लिए चन्द बातों को समझना बहुत ज़रूरी है सब से पहले तो यह समझये कि जब इन्सान को गुस्सा आता है तो इन्सानी अक़ल इन्सान के काबू में नहीं रहती बल्कि शैतान के हाथ में आजाती है शैतानी हाथों में इन्सान खिलौना बन जाता है वह मरदूद जिस तरफ चाहता है बन्दा उस तरफ लुढ़कता चला जाता है एक बुज़रुग अलेहिर्रहमह फरमाते हैं कि बे वकूफी और नादानी की असल और जड़ गुस्सा है

शैतान का एक खतरनाक वार:

एक अल्लाह के नेक बन्दे बहुत ज़्यादा इबादत करते थे शैतान ने बहुत गुमराह करने की कोशिश की लेकिन शैतान ना काम रहा आखिरकार शैतान इन्सानी सूरत में सामने आ गया और कहा मैं आप से दोस्ती करना चाहता हूं आप ने फरमाया क्यों ? कहने लगा कि मैं आप से बहुत मुतअस्सिर हुआ हूं आप मुझ से दोस्ती करलीजिए वह अल्लाह के नेक बन्दे थे हर मुआमले में कुरआन व हदीस से रहनुमाई हासिल करते आप ने फरमाया अल्लाह रब्बुल आलमीन ने इरशाद फरमाया।

“इन्नहू लकुम अदुव्वुम्मुबीन”: तर्जमा: बे शक शैतान तुम्हारा खुला दुशमन है।

मेरा रब तुझे खुला दुश्मन करार दे और मैं तुझ से दोस्ती करूं यह कभी नहीं हो सकता। तो उस ने कहा चलिए मैं आप को अपने चन्द वार बताना चाहता हूं जिन के ज़रिये मैं इन्सान को गुमराह करता हूं इन वारों में से जो सब से खतरनाक वार है वह यह है कि मैं इन्सान को गुस्से में मुब्तला कर देता हूं और जब इन्सान को गुस्सा आता है और वह गुस्से में बे काबू हो जाता है तो मैं उस के अन्दर दाखिल हो जाता हूं और गुस्से के आलम में उस से ऐसा खेलता हूं जैसे बच्चे गेंद से खेल रहे होते हैं। इमाम गज़ाली अलैहिर्रहमह कीमियाए सआदत में फरमाते हैं गुस्सा एक आग है जो दिल में भड़कती है और उस का धुआं दिमाग में पहुँचता है और वह अक़ल को काला और तारीक कर देता है और फिर अक़ल काम नहीं कर सकती, कोई अच्छी बात समझ में नहीं आती उस की मिसाल इस तरह है जैसे एक ग़ार (गूफे) हुआ और उस ग़ार में इतना धुआं हो जाए कि कोई जगह धुएँ से खाली न रहे और इतना अन्धेरा हो जाये कि इस धुएँ की वजह से उस ग़ार में कोई चीज़ नज़र न आए इसी तरह गुस्से में मुब्तला हो कर इन्सान अक़ल से पैदल हो जाता है और उसे कोई चीज़ समझ में नहीं आती और ऐसी ऐसी हरकतें कर देता है जो उस की तबाही व बर्बादी का बाईस बनती है। जहाँ जहाँ हम गुस्से की मज़्मूत (बुराई) कर रहे हैं और मुराद अपनी ज़ात के लिए गुस्सा करना और गुस्से से बे काबू हो जाना है अगर गुस्सा शरीअत के अैन मुताबिक़ हो और गुस्से में कोई शख्स बे काबू न हो और वह गुस्से में भी हक़ कहे तो यह गुस्सा बुरा नहीं बल्कि इस्लाम की तरवीज व इशाअत के लिए है हज़रत अब्दुल्लाह बिन उमरु बिन आस रदियल्लाहु तआला अन्हुमा आप फरमाते हैं कि मैं नबिय्ये करीम सल्लल्लाहु तआला अलैहि वसल्लम की ज़बाने अक्दस से जो भी सुनता उसे लिख लेता मुझे किसी ने कहा रसूलुल्लाह सल्लल्लाहु तआला अलैहि वसल्लम अफज़लुल बशर हैं कभी आप गुस्से में होते हैं और कभी आप गुस्से में नहीं होते तुम हर बात को लिख लेते हो तो मैं ने यह बात नबिय्ये करीम सल्लल्लाहु तआला अलैहि वसल्लम की ख़िदमत में अर्ज की तो आकाए दो जहाँ सल्लल्लाहु तआला अलैहि वसल्लम ने इरशाद फरमाया मेरा गुस्सा अल्लाह की रज़ा के लिए होता है और मैं गुस्से में भी हक़ और सच बात ही कहता हूं। इन तमाम बातों से फिर यह बात वाज़ेह हुई कि गुस्सा जिस की मज़्मूत है यह वह गुस्सा है जो हम करते हैं।

जो अपनी ज़ात के लिए है और फिर काबू से बाहर हो कर जुल्म ज़्यादाती और ज़बान से ओल फोल बकने लगते हैं गुस्सा करने वाला अगर सोचे कि गुस्सा करने का सबब क्या है तो एक वाज़ेह बात है कि हम से कोई ताक़त वर हो तो उस के सामने हम गुस्से का इज़हार नहीं करते और हमारे बराबर हो या हम से कमज़ोर हो या हो तो ताक़तवर लेकिन हम उसे कमज़ार समझें तो फिर हम उस के सामने गुस्से का इज़हार करते हैं गुस्सा करने वाले को सोचना चाहिए कि वह जिस पर गुस्सा कर रहा है हम उस के मालिक नहीं हैं, खालिक नहीं हैं, रोज़ी हम ने उस को नहीं दी है, ज़िन्दगी और मौत हमारे काबू में नहीं उसे ज़िन्दगी हम नहीं दी, हम सब अल्लाह के आजिज़ बन्दे हैं हम अपने मालिक हकीकी की दिन और रात में हज़ारों नाफरमानियां करते हैं बावजूद उस के वह सब को दर गुज़र फरमाता है अगर एक कुसूर पर भी सज़ा दे दे तो कहीं हमारा ठिकाना न रहे हालांकि हम रब्बुल आलमीन की बादशाहत में कोई हिस्सा नहीं रखते यह महज़ उस का फज़ल है उस ने इन्आम किया मगर फिर भी हम बन्दे हो कर बन्दों पर इस क़दर गुस्सा करते हैं कि ज़रा सी कोई बात हमारी तबीअत के खिलाफ हो, कोई हरकत हमारी समझ में न आए तो हम आपे से बाहर हो जाते हैं यकीनन हमें अल्लाह के ग़ज़ब से डरना चाहिए और सोचना चाहिए कहीं ऐसा न हो कि जिस पर हम गुस्सा कर रहे हैं अल्लाह रब्बुल इज़ज़त उस मज़लूम और कमज़ोर पर गुस्सा करने की वजह से हम से नाराज़ हो जाये कहीं ऐसा न हो हम पर अल्लाह का ग़ज़ब नाज़िल हो जाए। आईए अल्लाह तआला से रहम की इल्तेजा करते हुए इरादा करें कि हम गुस्सा पर काबू पायेंगे और नाजाइज़ गुस्सा नहीं करेंगे इन्शाअल्लाह (आमीन)

कुराने पाक और अहादीसे तय्यबा की रोशनी में हम ने जान लिया कि गुस्सा आखिरत में इन्तेहाई नुक़सान का बाईस है आर यह एक हकीक़त है कि शरीअत जिस काम से मना करे उस में उख़रवी नुक़सानात के साथ साथ दुनयवी नुक़सानात भी होते हैं।

जहन्नम का एक दरवाज़ा :-

हदीसे पाक में फरमाया गया जहन्नम का एक दरवाज़ा ऐसा है उस से वही शख्स दाखिल होगा जो शरीअत के खिलाफ गुस्से में मुब्तला होगा।

हज़रत फुज़ैल बिन अयाज़,हज़रत सुफयान सूरी और दिगर बुज़रुगाने दीन अलैहिमुर्हरमह मुत्ताफिक हैं कि गुस्सा बरदाश्त करना सब से बेहतर काम है।

शैतान गुस्से को जवां मर्दी और हिम्मत का नाम दे कर इन्सान को अक़ल से पैदल कर देता है और बे जा गुस्सा करने वाला अपने आप को होशयार तसव्वुर करता है हालांकि उस की कैफियात एक पागल जैसी होती है वैसे कोई अपने आप को पागल कहलवाना पसन्द नहीं करता लेकिन अपनी हरकतों पर गौर करे तो फेसला करना आसान होगा मसलन गुस्से के आलम में वह कैसी हरकतें करता है सांस फूल रही है,मुंह से झाग निकल रहा है आंखें सुर्ख होरही हैं, कभी बरतन उठा उठा कर पटख रहा है,कभी बच्चों को मार रहा है कभी अपना सर दीवार पर मार रहा है, कभी अपने कपड़े फाड़ रहा है दर हकीकत गुस्सा अक़ल का दुशमन है वह इन्सान का पागल पन में मुब्तला कर देता है जब भी गुस्सा आने लगे तो यह तसव्वुर करें क्या मैं पागल बनना पसन्द करता हूं।

उस के इलावह गुस्से की यह भी नुक्सानात हैं कि गुस्से की वजह से इन्सान कीना,बुग्ज़,अदावत,गीबत,और चुग़ली में मुब्तला हो जाता है खास तौर पर जिस शख्स से इन्सान इन्तेक़ाम ने ले सके तो दिल के अन्दर उस के लिए नफरत पैदा हो जाती है,हसद आजाता है अगर वह गुस्से का इज़हार उस के सामने नहीं कर सकता तो पीठ पीछे गीबत और चुग़ली में मुब्तला हो जाता है, बुहतान और इल्ज़ाम तराशी में मुब्तला हो जाता है।

गुस्सा पैदा होने के अस्बाब ?:-

गुरुर पैदा होने के चन्द अस्बाब हैं:-

गुरुर व तकब्बुर :-

जब इन्सान अपने आप को बड़ा समझने लगता है तो बात बात पर उसे गुस्सा आता है और वह यह ख्याल करता है कि मेरी तौहीन हो गई सामने वाले को वह हकीर समझता है इस लिए गुस्से का इज़हार करता है गुस्से से बचने के लिए अपने आप को गुरुर और तकब्बुर से बचाने की अशद ज़रूरत है।

बे जा हंसी मज़ाक :-

जब हंसी और मज़ाक का माहौल होता है तो इन्सान बसा औकात खुद तो किसी का मज़ाक उड़ा लेता है मगर जब उस का मज़ाक उड़ाया जाता है तो वह बरदाश्त नहीं कर पाता जिस की वजह से भी गुस्सा आता है।

अैबजूई :-

किसी के अैबों को बयान किया जाये या किसी की मलामत की जाये तो सामने से रद्दे अमल मिलता है चुनान्चे याद रखना चाहिए जब सामने वाला उस के अैब बयान करेगा या उसे मलामत करेगा तो अदम बरदाश्त की बिना पर गुस्से का शिकार हो जायेगा।

हिर्स (लालच)माल व जाह:-

माल और इज़्जत की लालच भी गुस्से में मुब्तला कर देती है जब कोई अपनी इज़्जत व माल का नुकसान देखता है तो बहुत ज़्यादा गुस्से का शिकार होने लगता है।

खौफ व रुस्वाई :-

जिस मौका पर बड़े बड़े तहम्मूल (बरदाश्त) मिज़ाज भी गुस्सा का शिकार होजाते हैं वह है सब के सामने रुस्वाई,यह एक ऐसा सबब है कि उस वक़्त अल्लाह रब्बुल इज़्जत जिसे महफूज़ करे वही गुस्से नाजाइज़ इज़हार से बच सकता है चुनान्चे जब सब के सामने रुस्वाई हो जाने का खौफ हो तो ख्याल करे कि गुस्से का इज़हार करने से मज़ीद रुस्वाई होगी लिहाज़ा खामोशी में ही बेहतरी है।

बे जा तअरीफ व खुशामद :-

ऐसे दोस्तों का इर्द गिर्द होना जो उस के फेसले पन को बहादुरी जुरअत और गैरत का नाम दें हालांकि आप यह बात जानते हैं कि यह बहादुरी नहीं बल्कि यह तो दरिन्दों का काम है।

रुअब काइम करने के लिए

बअज़ नादान यह समझते हैं कि घर में रुअब ज़रूरी है और रुअब के लिए वह गुस्से का इज़हार बीवी बच्चों पर करते हैं बाहर तो नर्मी और इख़्लाक का पैकर नज़र आते हैं हालांकि हकीकी नर्मी के सब से ज़्यादा मुस्तहिक बीवी बच्चे तो होते हैं और यूं अपनी दाग़ली कैफियत के बाईस वह गुस्सा की ज़द में रहता है।

गुस्से से कैसे बचा जाये ?:-

यह हैं वह अस्बाब जिन की वजह से इन्सान गुस्से का शिकार होता है चुनान्चे गुस्से से बचने के लिए इन अस्बाब को खतम किया जाना बहुत ज़रूरी है इमाम गज़ाली अलैहिर्रहमह इरशाद फरमाते हैं कि गुस्से का नाजाईज़ इज़हार हराम है और उस का इलाज करना इस लिए ज़रूरी है कि अक्सर गुस्से ही की वजह से जहन्नम में जायेंगे। गुस्से से बहुत सी खराबियां पैदा होती हैं लिहाज़ा गुस्से का इलाज करने के चन्द तरीक़े आखिर में अर्ज किए जाते हैं इन्तेहाई तवज्जोह से पढ़ें:-

(1) सब से पहला तरीक़ा यह है कि जब इन्सान पर गुस्सा तारी हो तो वह यह तसव्वुर काइम कर ले कि मेरे गुस्से में बे काबू होने पर अगर अल्लाह तआला नाराज़ हो गया तो क्यामत के दिन जलाल फरमाएगा और अल्लाह को मुझ पर उस से ज़्यादा कुदरत हासिल है जो मुझे दूसरों पर हासिल है तो अल्लाह के ग़ज़ब से डर कर गुस्से पर कन्ट्रोल करे।

(2) बअज़ अहमक़ गुस्से के नाजाईज़ इज़हार को अ़ैब तस्लीम ही नहीं करते यह बात याद रखें ऐसों का इलाज बहुत मुश्किल होता है गुस्सा अक़ल का दुश्मन है लिहाज़ा इन्सान उस की वजह से अक़ल से इस क़दर दूर हो जाता है कि वह इस अ़ैब को अ़ैब भी नहीं समझता। तो उसे चाहिए कि वह इस बात को तस्लीम करे कि गुस्से से बचने से और उसे काबू में रखने से अल्लाह तआला का करम होता है और उस की रहमत की बारिशें होती हैं जब वह यह तसव्वुर कायम करेगा तो इन्शाअल्लाह तआला गुस्से पर उस की गिरिफ्त मज़बूत हो जायेगी।

(3) इमाम अबू दाउद अ़लैहिर्रहमह अपनी किताब सुनन अबू दाउद शरीफ में फरमाते हैं नबिय्ये करीम सल्लल्लाहु तआला अ़लैहि वसल्लम कि कोई गुस्से के आलम में खड़ा हो तो चाहिए कि वह बैठ जाये यअनी वह अपनी हालत को बदल दे हालत को बदलने से, जगह बदलने से गुस्से की कैफियात कम हो जाती हैं इसी तरह गुस्से के आलम में तो वुजू कर ले।

(4) हज़रत उमर रदियल्लाहु तआला अन्हु फरमाते हैं कि गुस्से की तेज़ी के वक़्त नाक में पानी चढ़ाए तो इस तरह करने से भी गुस्सा दूर होजाता है।

(5) शदीद गुस्से के आलम हो तो सज्दा करे, मुंह खाक पर रखे, रुखसार ज़मीन पर रखे, ज़मीन पर लेट जाये तो इन्शाअल्ला उस का गुस्सा जो शिद्दत इख्तियार कर गया है वह कम हो जायेगी।

(6) किसी के ज़लील व रुस्वा करने पर शदीद गुस्सा आए तो इस हदीस पाक को याद करे जो अबू दाउद में किताबुल अदब बाब 41 में है कि हज़रत सिद्दीक़े अकबर रदियल्लाहु तआला अन्हु को जब किसी ने बुरा कहा और आप खामोश रहे नबिय्ये करीम सल्लल्लाहु तआला अलैहि वसल्लम जलवह अफरोज़ रहें और काफी देर तक आप सुनते रहे और जब आप ने जवब देने के लिए ज़बान मुबारक खोला तो नबिय्ये करीम सल्लल्लाहु तआला अलैहि वसल्लम उठ कर जाने लगे सिद्दीक़े अकबर रदियल्लाहु तआला अन्हु ने पूछा या रसूलल्लाह सल्लल्लाहु तआला अलैहि वसल्लम जब तक वह मुझे बुरा कहता रहा आप जलवह अफरोज़ रहे और जब मैं ने उस की बातों का जवाब देना शुरू किया आप खड़े क्यों हो गए ? इरशाद फरमाया :

आसमान से एक फरिश्ता नाज़िल हुआ यह आप के बारे में जो कुछ कह रहा था फरिश्ता उसे जवाब दे रहा था और उसे झुठला रहा था और जब आप ने जवब देना शुरू किया तो फरिश्ता चला गया शैतान आ गया और मैं यह नहीं चाहता कि जब शैतान आ चुका तो मैं यहां बैठूं। (अबू दाउद किताबुल अदब) मुराद यह है कि इन्सान ऐसे मवाक़े पर यह तसव्वुर कर ले कि मैं खामोश रहता हूं तो मेरी तरफ से फरिश्ता जवाब देगा और अल्लाह की रहमत का नुज़ूल होगा और अल्लाह तआला मुझे इज़्ज़त और बुलन्दी अता फरमायेगा।

(7) दिल जब किसी अम्मे अज़ीम में मशगूल होता है तो ऐसे मौकों पर भी गुस्सा दब जाता है जब इन्सान किसी फिकर में होता है वह ऐसी बातों पर तवज्जोह नहीं देता ऐसे मौका पर गुस्सा छुप जाता है इन्सान को चाहिए कि वह फिकरे आखिरत अपने उपर तारी करे ऐसे कई वाकिआत हैं इन्सान अपने उपर यह सोच काइम कर ले कि मुझ हज़ारों बुराईयां हैं उस शख्स ने तो मेरे चन्द अ़ैब बयान किए अगर यह मेरे सारे अ़ैब जान लेता तो मेरी तो मेरी किस कद्र रुस्वाई होती अल्लाह रब्बुल आलमीन की बारगाह में दुआ करे ऐ अल्लाह जो अ़ैब उस ने मेरे बयान किए अगर वह मुझ में है तो वह दूर कर दे और जो और जो उसे नहीं मअलूम तू उसे भी दूर कर दे और हर वक़्त यही फिकर तारी

हो काश मैं जहन्नम की आग से बच जाऊं तो फिर ऐसी बातों को इन्सान अपने ज़ेहन पर सवार नहीं करेगा और गुस्से के नाजाइज़ इज़हार से महफूज़ रहेगा।

(8) इन्सान यह तसव्वुर करे जब बन्दा गुस्सा नहीं करता तो उस अल्लाह तआला खुश होता है।

(9) वह गौर करे और सोचे कि गुस्सा न करने के कितने फवायद हैं अगर वह गुस्सा करेगा तो दूसरा भी गुस्सा करेगा और हो सकता है कि गुस्से में लड़ाई शुरू हो जाये और मुझे नुक़सान ज़्यादा पहुँच जाए क्यों कि कभी भी दुशमन को हकीर या कमज़ोर नहीं समझना चाहिए तो हो सकता है कि मैं गुस्से में ऐसा कह दूँ जिस की वजह से वह मुझ से बदला ले ले।

(10) इसी तरह यह तसव्वुर करे कि गुस्से की हालत में शकल कैसी बिगड़ जाती है मैं बिलकुल कारटून लगुंगा और जो भी मुझे देखेगा मैं उस के सामने ज़लील व रुस्वा हो जाऊंगा तो मेरा रुअब और मेरा वक़ार गुस्सा करने की वजह से जाता रहेगा।

(11) जब गुस्से की हालत हो तो एक मर्तबा "अउजुबिल्लाहिमिनशैतानिर्ज़ीम" : और एक मर्तबा: "ला हौ ल वला कुव त इल्ला बिल्लाहिल अलिथ्यिल अज़ीम" पढ़ ले इसी तरह हर नमाज़ के बअद सात बार "हुअल्लाहुर्हीम" पढ़ने की आदत डाले, वुजू करते हुए – या क़ादिरु : का विर्द करे इन्शाअल्लाह नाजाइज़ गुस्सा करने की आदत निकल जायेगी जो फज़र की नमाज़ के बअद ग्यारह बार "अउजुबिल्लाहिमिनशैतानिर्ज़ीम" : और ग्यारा बार सूरह इख़्लास पढ़ने का आदी होगा शैतान पूरे दिन उस से गुनाह नहीं करवा सकता। जब तक कि वह शख़्स खुद न करे जब शैतान का हमला नाकाम रहेगा तो इन्शाअल्लाह वह गुस्से से महफूज़ रहेगा। इसी तरह ग्यारा बार "या वदूदु" पढ़ कर के पानी पर दम कर के पी लिया करे। इन्शाअल्लाह गुससा काबू में रहेगा।

(12) यूं तो नाखुन काटना जुमा के दिन सुन्नते मुबारका है लेकिन पीर के दिन नाखुन काटने को उलमा ने बयान किया कि इस से गुस्सा दूर हो जाता है।

(13) जो शख्स यह समझता हो सब कुछ जानने के बा वजूद जब मुझे गुस्सा आता है तो मैं अपने आप को या किसी और को नुकसान पहुंचा देता हूं और वह गुस्से के इस अमल से निजात पाना चाहता हो तो सुबह सूरज निकलने से पहले पानी पर इक्तालीस बार : या वदूदु पढ़ कर दम करें और निहार मुंह वह पानी पी ले या जो शख्स गुस्से का आदी हो उसे पिला दिया जाए और अगर वह पीने में तंग करते हों तो दम किया हुआ पानी उस के स्तेअमाल होने वाले पानी में मिला कर दें और चालीस रोज तक यह अमल करते रहें इन्शाअल्लाह इस बीमारी से निजात मिल जायेगी।

गुस्सा खतम करने की एक दुआ

उम्मुल मोमिनीन हज़रत आईशा सिद्दीका रदियल्लाहु तआला अन्हा को गुस्सा आता तो हुजूर अकरम सल्लल्लाहु तआला अलैहि वसल्लम उन की नाक पकड़ कर फरमाते ऐ आईशा रदियल्लाहु तआला अन्हा यह दुआ पढ़ो “—

अल्लाहुम् म रब्बिन्नबिय्य मुहम्मदिन अग़्फ़िरली ज़म्बी व अज़्ह ब गै ज़ कल्बी व अज़िरनी मिम्मुदिल्लतिल फि त न 0

खुलासा कलाम यह हुआ कि गुस्सा शैतान का कामयाब तरीन वार है हमें चाहिए कि हम ऐसी रुहानी महफिलों में शरीक हों और अच्छे माहौल और कुरान व हदीस के नूर से मुनव्वर होते रहें ताकि बुराई को बुराई समझें और उस के इलाज की फिकर करें।